



Satureja montana

Famiglia LAMIACEAE

SANTOREGGIA MONTANA

ETIMOLOGIA - Il nome del genere trae origine dal latino *satura* = ciottola per legumi, probabilmente perché venivano insaporiti con questa pianta. Il nome specifico deriva dal suo habitat.

AMBIENTE - Pianta termofila che vegeta su terreni calcarei, rocciosi, aridi, ai margini di strade di montagna, fino a 1300 m di altitudine.

CARATTERI BOTANICI

TRONCO - legnoso alla base, più o meno tetragono, eretto, pubescente per corti peli retrorsi, di norma ampiamente ramificato sin dal basso, tanto da formare un piccolo cespuglio.

FOGLIE - di colore verde brillante, opposte, subsessili, assai distanziate sul fusto, con lembo intero, lineare-lanceolato, apice acuto spesso ripiegato verso il basso, coriacee, bordate da piccole ciglia, con ghiandole sparse e con nervo centrale evidente nella faccia inferiore, e con un fascetto di 2-8 foglioline all'ascella.

FIORI - ermafroditi, profumati, sono disposti in **verticillastri** di 2-3 all'ascella delle foglie superiori sostenuti da peduncoli di 3-4 mm, hanno brattee e bratteole simili ma più piccole delle foglie; il calice **tuboloso** con 10 nervi, che termina con 5 denti triangolari ed appuntiti più o meno uguali; la corolla peloso-ghiandolosa, di color bianco o bianco rosato è divisa all'apice del tubo che sporge dal calice, in due labbri, quello superiore intero ed eretto mentre quello inferiore trilobato, perpendicolare al tubo e col lobo mediano, oblungo più largo dei laterali; 4 stami, stilo bifido.

FRUTTI - alloggiati all'interno del calice sono uno schizocarpo: microbasario (tetrachenio) formato da 4 acheni ovali punteggiati da piccoli granuli.

USI - Ha un uso erboristico, cosmetico e alimentare. I suoi principi attivi tannini, acido labiatico, vitamina A, calcio, potassio, olio essenziale contenente borneolo, canfora, carvacrolo, cimene, estragolo, terpinene e timolo, le conferiscono proprietà antisettiche, antispasmodiche, carminative, toniche, stimolanti, espettoranti, stomachiche, antidiarroiche, digestive.

STORIA E LEGGENDE - La Santoreggia era conosciuta dagli antichi romani col nome di *Satureia* = Erba dei satiri per la sua pelosità che richiamava quella dei satiri, ma anche per le sue ritenute notevoli proprietà afrodisiache, tanto che gli antichi raccomandavano moderazione nel suo consumo, per non scatenare una sessualità smodata ed incontrollabile (satirismo).